

Ateneo Formazione Multidisciplinare Master in Tecniche di rilassamento - Milano

Milano: per info tel 0332.1888184 - numero verde 800.148721

www.uniateneo.it

Applicazioni per il benessere, la crescita personale e gli ambiti evolutivi e formativi

Durata: 6 weekend

Presentazione

Il Master fornisce la conoscenza delle più importanti tecniche di rilassamento e la competenza pratica per il loro utilizzo in diversi ambiti professionali.

Si focalizza principalmente sugli aspetti pratici ed esperienziali, i partecipanti acquisiscono le competenze per utilizzare queste tecniche all'interno del contesto in cui sviluppare la propria professionalità.

Vengono forniti anche i più importanti riferimenti teorici in modo da supportare la competenza pratica con un solido quadro concettuale.

Sbocchi professionali

Le competenze acquisite in questo Master sono utilizzabili negli ambiti psicoeducativi e legati alle tematiche della crescita personale: *comunità terapeutiche, associazioni, cooperative, centri olistici e di meditazione, palestre e situazioni di benessere e fitness.*

Inoltre le tecniche di rilassamento sono utilizzabili nei setting professionali personali in funzione della specifica qualifica di ogni partecipante.

Destinatari

Il **Master in Tecniche di rilassamento** è aperto a *Psicologi, Educatori, Pedagogisti, Terapisti della riabilitazione psichiatrica, Fisioterapisti, Terapisti della neuro e psicomotricità dell'età evolutiva (TNPEE), Laureati in Scienze motorie, Counselor, Coach e Personal trainer.*

Altri percorsi formativi e professionali sono valutati in base al curriculum e al colloquio telefonico.

Sede didattica

Milano: presso *Spazio Gambarà*, Via J. Palma 5.

Durata

Il Master si articola in **6 weekend** (ore 9.30-13.00/14.00-17.30).

Programma

I weekend

- Presentazione Master
- Aspetti teorici: modelli psico-energetici
- Psiconeuroendocrinoimmunologia (PNEI)
- Bioenergetica e Psicodinamica
- Gestione del ruolo e della relazione
- Tecniche di respirazione
- Training Autogeno 1

II weekend

- Programmazione neuro linguistica (PNL) 1

- Training Autogeno 2
- Rilassamento progressivo di Jacobson

III weekend

- Tecniche di visualizzazione
- Rilassamento frazionato di Vogt
- Training Autogeno 3
- Mindfulness e rilassamento

IV weekend

- PNL 2
- Musicoterapia
- Training Autogeno 4
- Supervisione di conduzione

V weekend

- Tecniche di rilassamento in età evolutiva
- Applicazioni nei contesti aziendali e di formazione lavorativa
- Training Autogeno 5

VI weekend

- Tecniche di rilassamento dinamiche integrate
- Training Autogeno 6 - prova di conduzione
- Esame finale - consegna Attestati

Docenti

Dott. Gianluca Vallin, dott. Romeo Barbieri, dott. Stefano Betta, dott.ssa Simonetta Lavorati, dott.ssa Giulia Mattarozzi, dott.ssa Marta Sala, dott.ssa Valeria Salsi, dott.ssa Anna Scala.

Accreditamento

Riconosciuti **50 crediti ECM** (ID 223992, Agenas).

Modalità di iscrizione

Per ulteriori informazioni e iscrizioni contattare la segreteria Ateneo ai numeri: tel. 0332.1888184 - numero verde 800.148721 (da lunedì a venerdì ore 9-13).

Attestato

Chi frequenta almeno l'80% delle attività programmate riceve l'Attestato di **Operatore di Tecniche di rilassamento**.

Al termine del Master viene rilasciato anche l'Attestato di **Operatore di Training Autogeno**.

Costi

Il costo del Master è di € 1.850 + IVA (*possibilità di rateizzazione personalizzata*).

Sconti per iscrizioni anticipate/multiple e pagamenti in un'unica soluzione

Sconto del 10% per gli studenti